RECETAS SENCILLAS Y ECONÓMICAS PARA PREPARAR PAN EN CASA

No. 57

Panadería

Mexicana Tradicional

- Donas de capuchino
- Donas rellenas
- Berlinesas de chocolate
- Pastizetas
- Magdalenas de naranja

Paso a paso

Deliciosa variedad con rellenos y glaseados

22 Magdalenas de chocolate glaseadas

1 Editorial
3 Tips y vocabulario
4 Tecnología de los alimentos
6 Masa base para donas
8 Donas rellenas de fresa
10 Donas rellenas de chocolate
12 Donas de doble chocolate
13 Donas de capuchino
14 Berlinesas de chocolate y cocoa
16 Berlinesas de fresa y azucar glass
17 Pastizetas de chocolate
18 Pastizetas
20 Magdalenas de naranja
22 Magdalenas de chocolate glaseadas
24 Tabla de equivalencias

Contenido

16 Berlinesas de fresa y azúcar glass

12 Donas de doble chocolate

tips

y recomendaciones

1

Respeta el grosor de las donas al cortarlas, así garantizarás su volumen

2

Es indispensable que cuando fermenten, las coloques en una manta ligeramente enharinada para evitar que se deformen al levantarlas.

3

No es recomendable conservar la masa en refrigeración más de dos días, su sabor puede alterarse y la levadura ya no funciona igual; además puede echarse a perder.

4

Siempre utiliza la mantequilla y la margarina a temperatura ambiente.

Vocabulario

FREÍR:	sumergir en aceite un alimento hasta obtener la cocción deseada.
TALLAR:	acción de frotar enérgicamente una masa para darle cuerpo y elasticidad.
AMASAR:	integrar una masa mediante movimientos constantes de las manos.
REPOSAR:	darle a la masa un tiempo de descanso.
GLASEAR:	bañar o sumergir un alimento en una preparación semi líquida.
FERMENTAR:	tiempo de reposo de un pan crudo para que se desarrolle y doble su volumen.
FUENTE:	formar un aro con la harina para colocar los demás ingredientes en el centro.
INTEGRAR:	mezclar dos o más ingredientes.
TORNEAR:	formar una bola con la masa.
EXTENDER:	aplanar con rodillo la masa hasta que tenga el tamaño requerido.
BARNIZAR:	untar con agua, huevo, etc., la superficie de un pan.

Tecnología de los alimentos

HARINA

Es el ingrediente básico y principal en la elaboración de los productos de panificación. Contienen una proteína llamada gluten que le da elasticidad a la masa, denominándola harina fuerte, gracias a ella es posible atrapar los gases de la fermentación y se formará la miga porosa del pan.

AZÚCAR

Es un ingrediente dulce que acelera la fermentación de la masa, ya que funciona como alimento principal de la levadura. Proporciona sabor, acentúa los demás sabores y ayuda a que la corteza se dore durante el horneado.

SAL

Funciona como regulador durante la fermentación, pero debe cuidarse que no tenga contacto directo con la levadura porque la mata e inhibe su función, proporciona sabor, acentúa los demás sabores y alarga la vida del pan.

MANTEQUILLA

Es de origen animal y proporciona suavidad, humedad y sabor al pan. Debe conservarse en refrigeración, bien tapada, para evitar que absorba sabores y olores.

MARGARINA

Es de origen vegetal, contiene menos humedad que la mantequilla, su sabor es más simple y la suavidad que aporta al pan es menor. Su precio en el mercado es más bajo que el de la mantequilla, por los que muchas veces sirve para sustituirla y disminuir los costos.

HUEVO

Proporciona humedad a la masa, así como suavidad y sabor al pan. Ayuda a obtener mejor porosidad.

LEVADURA

Es uno de los principales ingredientes en la elaboración de la masa, proporciona porosidad, miga suave y volumen al pan. Son pequeños organismos unicelulares.

Hay de dos tipos: seca y fresca (aunque ambas tienen la misma función). La fresca no siempre tiene las condiciones óptimas de conservación, así que es aventurado predecir su duración, que varía entre 2 ó 3 días, por lo que los panaderos han optado por utilizar la seca o en polvo, la cual se presenta en paquetes cerrados al alto vacío, comenzando su envejecimiento desde que se abre (es posible mantenerla en refrigeración hasta seis meses). La levadura siempre debe presentar olor agradable.

Masa base para donas

Rinde 20 piezas

Ingredientes:

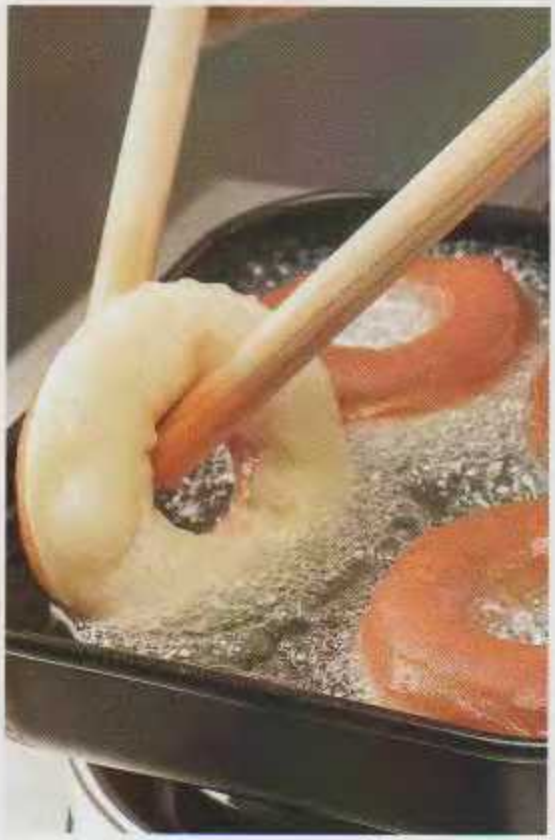
- 1 kg de harina
- 100 gr de azúcar
- 20 gr de sal ó 2 cucharaditas
- 150 gr de mantequilla
- 8 huevos
- 15 gr de levadura ó 3 cucharadas soperas
- 100 ml de agua, aproximadamente
- 1/4 de taza de aceite
- Harina, la necesaria
- 1 taza de agua
- 2 litros de aceite

Utensilios necesarios:

- Báscula
- Raspa de plástico
- Taza medidora
- Cortador de dona
- Cortador liso de 5 cm de diámetro

Manera de preparar:

1. *Haz* una fuente con la harina, coloca al centro el azúcar, la sal, la mantequilla y los huevos; esparce la levadura por fuera.
2. *Realiza* un premezclado con los ingredientes del centro, agrega el agua poco a poco e incorpora la harina; talla hasta obtener una masa integrada.
3. *Sigue* tallando hasta darle elasticidad y que pueda despegarse de la mesa, debe quedar suave, lisa y elástica.
4. *Déjala* reposar durante una hora o hasta que doble su volumen, úntala ligeramente con el aceite para evitar que se le haga una costra. Sácale el gas y tornéala, guárdala en refrigeración de 8 a 24 horas.
5. *Sácala* del refrigerador y déjala un par de minutos para que se tempere.
6. *Extiéndela* en forma rectangular, utiliza suficiente harina para que no se pegue y barnízala ligeramente con agua.
7. *Dobla* la masa en tres partes iguales y gírala un cuarto de vuelta.
8. *Vuelve* a extenderla, barnízala con agua y repite el doblez. Extiéndela hasta que tenga 1 cm de grosor, corta las donas con el cortador de dona y las berlinesas con el cortador liso. Reserva los centros.
9. *Abre* ligeramente el aro de las donas. Déjalas fermentar junto con los centros sobre una tela de manta en un lugar tibio.
10. *Calienta* el aceite y manténlo a fuego medio, para saber si el aceite está listo, fríe una bolita de masa, debe comenzar a hervir alrededor, además su color aumentará paulatinamente.
11. *Fríe* las donas por ambos lados y escúrrelas en papel absorbente.



Tip:

Para las berlinesas, déjalas fermentar y fríelas igual que las donas.

Ingredientes:

1 receta de masa base para donas, ya listas
2 tazas de azúcar
1 taza de mermelada de fresa, colada
1 taza de mantequilla fundida

Utensilios necesarios:

1 palillo de madera
1 brocha
1 manga
1 duya lisa de 1/2 cm de abertura

Donas *rellenas de* fresa

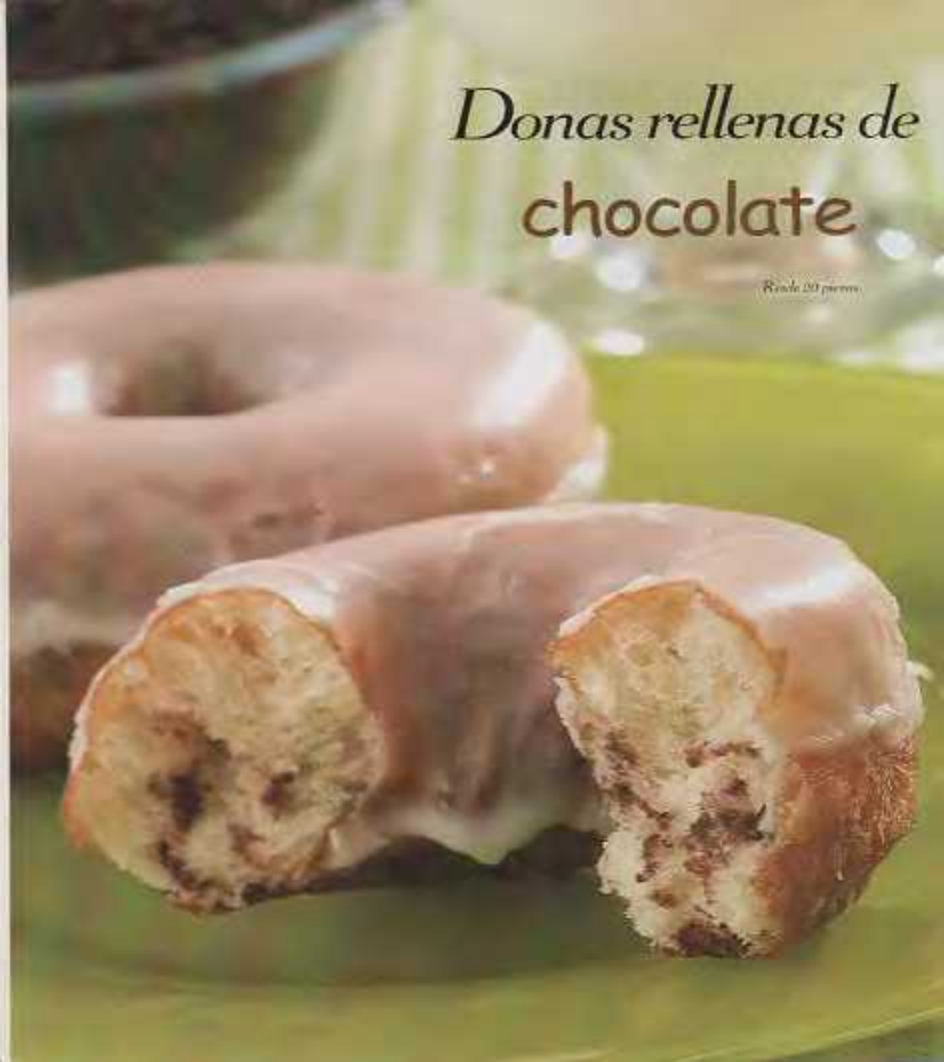
Rinde 20 piezas

Manera de preparar:

1. *Perfora* cada dona por la parte de abajo, utiliza el palillo procurando ladearlo para que por dentro la perforación se haga más grande.
2. *Pasa* la mermelada a la manga con duya y rellena las donas.
3. *Barnízalas* con mantequilla por ambos lados.
4. *Finalmente* revuélcalas en azúcar.

Donas rellenas de chocolate

Rinde 20 piezas



Ingredientes:

1 receta de masa base para donas, ya listas
300 gr de cobertura de chocolate semiamargo
150 ml de leche

Del glaseado

2 tazas de azúcar glass
Agua, la necesaria

Utensilios necesarios:

1 palillo de madera
1 brocha
1 manga
1 duya lisa de 1/2 cm de abertura

Manera de preparar:

1. *Perfora* cada dona por la parte de abajo, utiliza el palillo procurando ladearlo para que por dentro la perforación se haga más grande.
2. *Para* la salsa de chocolate, hierve la leche y retírala del fuego, agrega el chocolate finamente picado y disuélvelo perfectamente. Deja que semicuaje, pásalo a la manga con duya y rellena las donas.
3. *Para* el glaseado, hidrata el azúcar glass con un poco de agua hasta que obtengas una mezcla espesa.
4. *Sumerge* las donas en el glaseado, escúrrelas y déjalas secar.

Donas de doble chocolate

Ingredientes:

- 1 receta de masa base para donas, ya listas (agrega 50 gr de cocoa a la harina de la receta)
- 300 gr de cobertura de chocolate semiamargo
- 150 ml de leche
- 1 taza de granillo de chocolate

Manera de preparar:

1. *Para* la salsa de chocolate, hierve la leche y retírala del fuego, añade el chocolate finamente picado y disuélvelo perfectamente.
2. *Sumerge* cada dona en la salsa, escúrrelas y espolvoréales granillo. Déjalas secar.

(Rinde 20 porciones)

Ingredientes

1 receta de masa base para donas, ya listas (agrega 5 cucharadas de café soluble a la harina de la receta)
250 ml de crema para batir, fría
2 cucharadas de azúcar

Del glaseado:

2 tazas de azúcar glass
Agua, la necesaria
1 cucharada de café soluble

Utensilios necesarios:

1 brocha
1 manga
1 duya lisa de 1/2 cm de abertura

(Rinde 20 porciones)

Donas de capuchino

Manera de preparar:

1. *Para* el glaseado, hidrata el azúcar glass con un poco de agua hasta que obtengas una mezcla espesa, agrega el café y mueve hasta integrar
2. *Sumerge* las donas en el glaseado, escúrrelas y déjalas secar.
3. *Bate* la crema con el azúcar hasta que tenga consistencia firme y rellena el centro de las donas.

Ingredientes:

1 receta de masa para donas
1 taza de cocoa

Del relleno:

300 gr de cobertura de chocolate semiamargo
150 ml de leche

Utensilios necesarios:

1 palillo de madera
1 coladera
1 manga

Manera de preparar:

1. *Perfora* cada berlinesa por la parte de abajo, utiliza el palillo procurando ladearlo para que por dentro la perforación se haga más grande.
2. *Para* la salsa de chocolate, hierve la leche y retírala del fuego, agrega el chocolate finamente picado y mueve hasta disolverlo. Déjalo que semicuaje y llena la manga con duya.
3. *Rellena* las berlinesas a través de la perforación hasta que las sientas pesadas.
4. *Finalmente* espolvoréales cocoa.

(Rinde 30 piezas)

Berlinesas de chocolate y cocoa

Berlinesas de fresa y azúcar glass

(Rinde 30 piezas)

Manera de preparar:

1. *Perfora* cada berlinesa por la parte de abajo, utiliza el palillo procurando ladearlo para que por dentro la perforación se haga más grande.
2. *Coloca* la mermelada en la manga con duya y rellena las berlinesas a través de la perforación hasta que las sientas pesadas.
3. *Finalmente* espolvoréales azúcar glass.

Ingredientes:

- 1 receta de masa para donas
- 2 tazas de mermelada de fresa, colada
- 1 taza de azúcar glass

Utensilios necesarios:

- 1 palillo de madera
- 1 coladera
- 1 manga
- 1 duya lisa de 1/2 cm de abertura

Ingredientes:

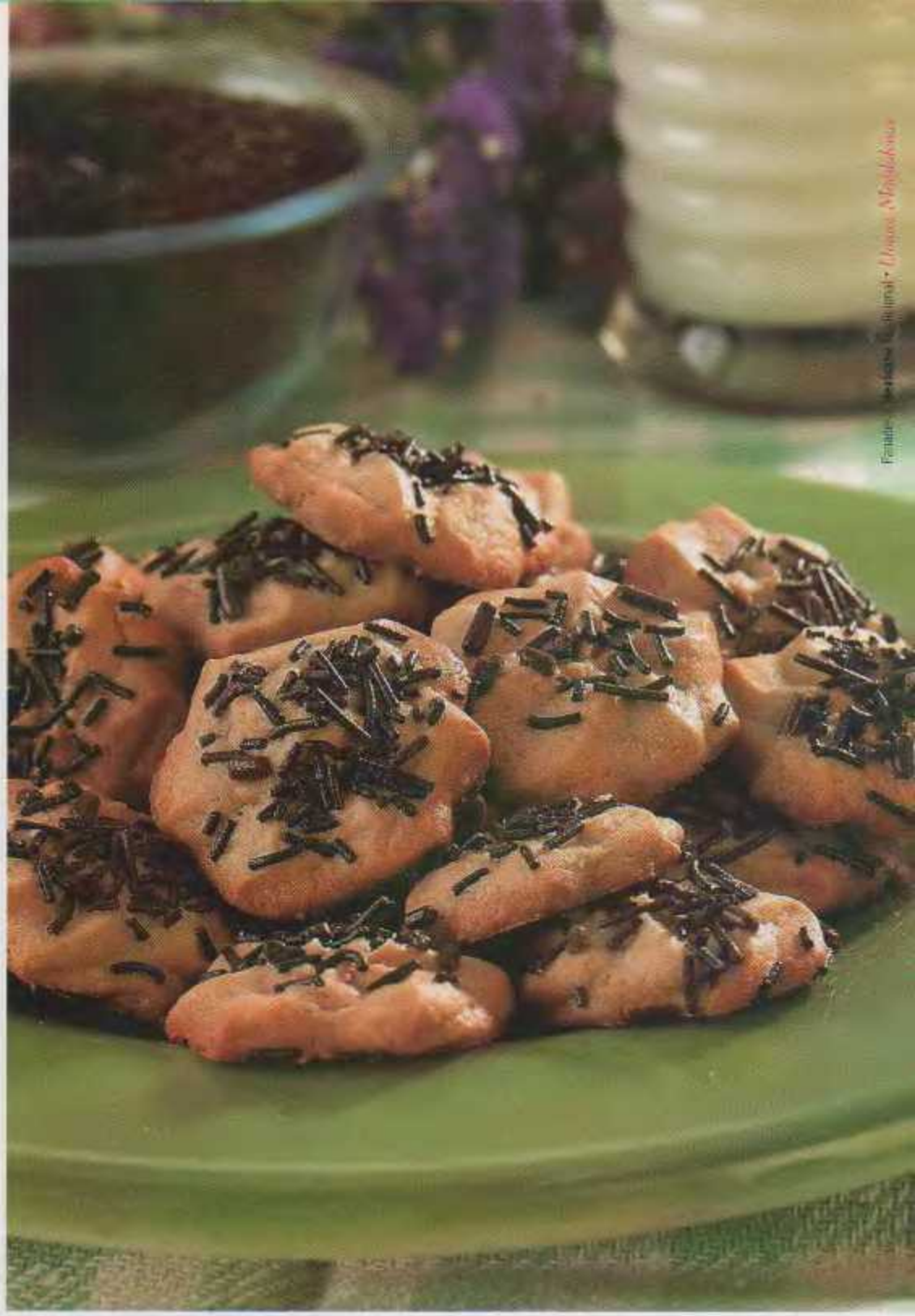
200 gr de mantequilla
100 gr de azúcar
3 yemas
2 cdas. de vainilla
250 gr de harina
50 gr de cocoa en polvo
1/2 taza de granillo de chocolate

Utensilios necesarios:

1 manga pastelera
1 dura rizada de 1 cm de abertura
Charola

Manera de preparar:

1. *Acrema* la mantequilla con el azúcar hasta que quede como pomada.
2. *Incorpora* las yemas y la vainilla poco a poco, continúa batiendo.
3. *Añade* la harina y la cocoa en forma envolvente y mezcla hasta que obtengas una pasta homogénea.
4. *Agrega* la mezcla a la manga con duya y forma las galletas en la charola engrasada, deja 1.5 cm entre cada una.
5. *Decóralas* con granillo de chocolate.
6. *Hornea* a 180°C por 20 minutos o hasta que hayan tomado color.



(Rinde 400 gr de galletas)

Pastizetas de chocolate

Ingredientes:

200 gr de mantequilla
100 gr de azúcar
3 yemas
2 cdas. de vainilla
250 gr de harina
1/2 taza de chochitos
1/2 taza de almendra fileteada

Utensilios necesarios:

1 manga pastelera
1 dura rizada de 1 cm de abertura
Charola, engrasada

Manera de preparar:

1. *Acrema* la mantequilla con el azúcar hasta que quede como pomada.
2. *Incorpora* las yemas y la vainilla poco a poco, continúa batiendo.
3. *Añade* la harina en forma envolvente y mezcla hasta que obtengas una pasta homogénea.
4. *Agrega* la mezcla a la manga con duya y forma las galletas en la charola, deja 1.5 cm entre cada una.
5. *Decóralas* con chochitos y almendra fileteada.
6. *Hornea* a 180°C por 20 minutos o hasta que hayan tomado color.

Pastizetas

(Rende 900 gr di gallette)

Magdalenas de naranja

Rinde 24 piezas

Ingredientes:

- 200 gr de azúcar
- 10 huevos
- 400 ml de aceite
- 100 ml de jugo de naranja
- 500 gr de harina
- 2 cucharaditas de levadura en polvo
- 1/2 cucharadita de polvo para hornear

- 24 moldes individuales para magdalena, engrasados y enharinados

Manera de preparar:

1. *Bate* los huevos con el azúcar hasta que esté espeso y brillante.
2. *Sin* dejar de batir, agrega el aceite en forma de hilo.
3. *Después* añade el jugo y bate un poco.
4. *Incorpora* la harina, el polvo para hornear (cernidos) y la levadura.
5. *Con* una cuchara llena 3/4 partes de los moldes.
6. *Hornea* a 200°C durante 25 minutos o hasta que el centro esté firme. Desmóldalas cuando se hayan enfriado.

Magdalenas de chocolate glaseadas

Rinde 24 piezas

Ingredientes:

200 gr de azúcar
10 huevos
400 ml de aceite
100 ml de leche
400 gr de harina
100 gr de cocoa
2 cucharaditas de levadura en polvo
1/2 cucharadita de polvo para hornear

Del glaseado:

2 tazas de azúcar glass
Agua, la necesaria
1 cucharada de cocoa

Utensilios necesarios:

24 moldes individuales para magdalena, engrasados y enharinados

Manera de preparar:

1. *Bate* los huevos con el azúcar hasta que esté espeso y brillante.
2. *Sin* dejar de batir, agrega el aceite en forma de hilo.
3. *Después* añade la leche y bate un poco.
4. *Incorpora* la harina, el polvo para hornear (cernidos), la cocoa y la levadura.
5. *Con* una cuchara llena 3/4 partes de los moldes.
6. *Hornea* a 200°C durante 25 minutos o hasta que el centro esté firme. Desmóldalas cuando se hayan enfriado.
7. *Para* el glaseado, hidrata el azúcar glass con un poco de agua hasta que obtengas una mezcla espesa.
8. *Sumerge* las magdalenas en el glaseado, escúrrelas y déjalas secar.
9. *Al* glaseado sobrante, incorpórate la cocoa y decóra como lo muestra la foto.

Conversiones *sólidas en peso*

Ingredientes	Tazas	Métrico	Imperial
Harina	1/4 taza	30 gr	1 onza
	1/3 taza	45 gr	1 1/2 onzas
	1/2 taza	60 gr	2 onzas
	2/3 taza	90 gr	3 onzas
	3/4 taza	100 gr	3 1/4 onzas
	1 taza	125 gr	4 onzas (1/4 de libra)
	2 tazas	250 gr	8 onzas
Azúcar	1/4 taza	50 gr	1 3/4 onzas
	1/3 taza	60 gr	2 onzas
	1/2 taza	100 gr	3 1/4 onzas
	2/3 taza	135 gr	4 1/2 onzas
	3/4 taza	150 gr	5 onzas
	1 taza	200 gr	6 1/2 onzas
Mantequilla	1/4 taza	60 gr	2 onzas
	1/3 taza	75 gr	2 1/2 onzas
	2/3 taza	150 gr	5 onzas
	3/4 taza	180 gr	6 onzas
	1 taza	200 gr	6 1/2 onzas

Tabla de *conversiones líquidas*

Tazas	Métrico	Imperial
2 cucharadas	30 ml	1 fl onza
1/4 taza	60 ml	2 fl onzas
1/3 taza	70 ml	2 1/2 fl onzas
1/2 taza	125 ml	4 fl onzas
2/3 taza	150 ml	5 fl onzas
3/4 taza	175 ml	6 fl onzas
1 taza	250 ml	8 fl onzas
1 1/2 tazas	375 ml	12 fl onzas
2 tazas	500 ml	16 fl onzas
2 1/2 tazas	600 ml	20 fl onzas
3 tazas	750 ml	25 fl onzas
4 tazas	1 litro	33 fl onzas

Tabla *de medidas*

1 cucharada	15 ml
1 cucharadita	5 ml
1 taza	250 ml
1 onza	28 gr
1 fl onza	30 ml
1 libra	454 gr
1 galón	3.75 litros

Grados *para hornear*

Centígrados	Farenheit
250	482
225	437
220	428
215	419
210	410
200	392
190	374
180	356
170	338
165	329
160	320
150	302
140	284
130	266

Medidas *y Equivalencias*

Producto	1 cda.	1 cdita.	1 taza
Levadura	5 gr	3 gr	120 gr
Sal	12 gr	5 gr	260 gr
Cocoa	3 gr	1 gr	75 gr
Leche en polvo	3 gr	1 gr	100 gr

Consejos importantes

Al momento de medir en tazas procura que el producto no se asiente, déjalo así y no las rellenes nuevamente. Al momento de medir cucharadas o cucharaditas ambas deben ser rasas.